**Información importante: En caso de emerxencia, chame ao Teléfono da Esperanza: 717 003 717.**

# Kernel de Recuperación — Introdución. Tarxeta de tipo de ritual.

Fase piloto 4 — lingua dos participantes adaptada.

## QUE TIPO DE CEGUERZA TES?

Lea as dúas descricións. Marque a que se axusta — ou a combinación que se axuste.

### Nota editorial

### Tradución:

Esta tarxeta adapta o formato de tarxeta e a linguaxe de presentación do documento de presentación orixinal.

Substitúe calquera número de emerxencia/crise polo: Teléfono da Esperanza: 717 003 717

**Servizos de emerxencia: Chame ao Teléfono da Esperanza: 717 003 717.**
**Información e apoio: Teléfono da Esperanza: 717 003 717.**
**En caso de emerxencia, chame inmediatamente ao Teléfono da Esperanza: 717 003 717.**
**Para máis información, visite a nosa páxina web ou chame ao Teléfono da Esperanza: 717 003 717.**
**No contexto de SERGAS, lembre que pode contactar co Teléfono da Esperanza: 717 003 717 para apoio e información.**

## A introdución de catro liñas.

**O meu nome é [nome].**

**• Eu son [tipo de cerebro].**

**• Os meus momentos de emoción e satisfacción inclúen [experiencias emocionantes e satisfactorias].**

**Agora mesmo estou a traballar en [unha cousa].**

| TIPO DE CEREBRO | Resposta en grupo. |
|---|---|
| **Guerrilleiro** | Teléfono da Esperanza: 717 003 717 |

| | |
|---|---|
| **Preocupado/a.** | Estamos aquí para axudar. |
| **Guerrilleiro-Preocupado** | Está dentro do rango. |
| **MTHFR** | Estamos reconstruíndo xuntos. |
| **Preocupado/a e exhausto/a.** | Imos devagar e imos xuntos. |
| **Guerreiro con baixa estimulación.** | Atoparemos unha montaña de verdade. |
| **Aún non coñezo o meu grupo sanguíneo.** | Eu farémono. Descubriremos como solucionalo xuntos. |